This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

+ *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.

+ *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.

+ *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.

+ *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at `http://books.google.com/`

Über dieses Buch

Dies ist ein digitales Exemplar eines Buches, das seit Generationen in den Regalen der Bibliotheken aufbewahrt wurde, bevor es von Google im Rahmen eines Projekts, mit dem die Bücher dieser Welt online verfügbar gemacht werden sollen, sorgfältig gescannt wurde.

Das Buch hat das Urheberrecht überdauert und kann nun öffentlich zugänglich gemacht werden. Ein öffentlich zugängliches Buch ist ein Buch, das niemals Urheberrechten unterlag oder bei dem die Schutzfrist des Urheberrechts abgelaufen ist. Ob ein Buch öffentlich zugänglich ist, kann von Land zu Land unterschiedlich sein. Öffentlich zugängliche Bücher sind unser Tor zur Vergangenheit und stellen ein geschichtliches, kulturelles und wissenschaftliches Vermögen dar, das häufig nur schwierig zu entdecken ist.

Gebrauchsspuren, Anmerkungen und andere Randbemerkungen, die im Originalband enthalten sind, finden sich auch in dieser Datei – eine Erinnerung an die lange Reise, die das Buch vom Verleger zu einer Bibliothek und weiter zu Ihnen hinter sich gebracht hat.

Nutzungsrichtlinien

Google ist stolz, mit Bibliotheken in partnerschaftlicher Zusammenarbeit öffentlich zugängliches Material zu digitalisieren und einer breiten Masse zugänglich zu machen. Öffentlich zugängliche Bücher gehören der Öffentlichkeit, und wir sind nur ihre Hüter. Nichtsdestotrotz ist diese Arbeit kostspielig. Um diese Ressource weiterhin zur Verfügung stellen zu können, haben wir Schritte unternommen, um den Missbrauch durch kommerzielle Parteien zu verhindern. Dazu gehören technische Einschränkungen für automatisierte Abfragen.

Wir bitten Sie um Einhaltung folgender Richtlinien:

+ *Nutzung der Dateien zu nichtkommerziellen Zwecken* Wir haben Google Buchsuche für Endanwender konzipiert und möchten, dass Sie diese Dateien nur für persönliche, nichtkommerzielle Zwecke verwenden.

+ *Keine automatisierten Abfragen* Senden Sie keine automatisierten Abfragen irgendwelcher Art an das Google-System. Wenn Sie Recherchen über maschinelle Übersetzung, optische Zeichenerkennung oder andere Bereiche durchführen, in denen der Zugang zu Text in großen Mengen nützlich ist, wenden Sie sich bitte an uns. Wir fördern die Nutzung des öffentlich zugänglichen Materials für diese Zwecke und können Ihnen unter Umständen helfen.

+ *Beibehaltung von Google-Markenelementen* Das "Wasserzeichen" von Google, das Sie in jeder Datei finden, ist wichtig zur Information über dieses Projekt und hilft den Anwendern weiteres Material über Google Buchsuche zu finden. Bitte entfernen Sie das Wasserzeichen nicht.

+ *Bewegen Sie sich innerhalb der Legalität* Unabhängig von Ihrem Verwendungszweck müssen Sie sich Ihrer Verantwortung bewusst sein, sicherzustellen, dass Ihre Nutzung legal ist. Gehen Sie nicht davon aus, dass ein Buch, das nach unserem Dafürhalten für Nutzer in den USA öffentlich zugänglich ist, auch für Nutzer in anderen Ländern öffentlich zugänglich ist. Ob ein Buch noch dem Urheberrecht unterliegt, ist von Land zu Land verschieden. Wir können keine Beratung leisten, ob eine bestimmte Nutzung eines bestimmten Buches gesetzlich zulässig ist. Gehen Sie nicht davon aus, dass das Erscheinen eines Buchs in Google Buchsuche bedeutet, dass es in jeder Form und überall auf der Welt verwendet werden kann. Eine Urheberrechtsverletzung kann schwerwiegende Folgen haben.

Über Google Buchsuche

Das Ziel von Google besteht darin, die weltweiten Informationen zu organisieren und allgemein nutzbar und zugänglich zu machen. Google Buchsuche hilft Lesern dabei, die Bücher dieser Welt zu entdecken, und unterstützt Autoren und Verleger dabei, neue Zielgruppen zu erreichen. Den gesamten Buchtext können Sie im Internet unter `http://books.google.com` durchsuchen.

GV
463
W5

UC-NRLF
$B 40 919

YC 27394

GIFT OF
J B. Peixotto

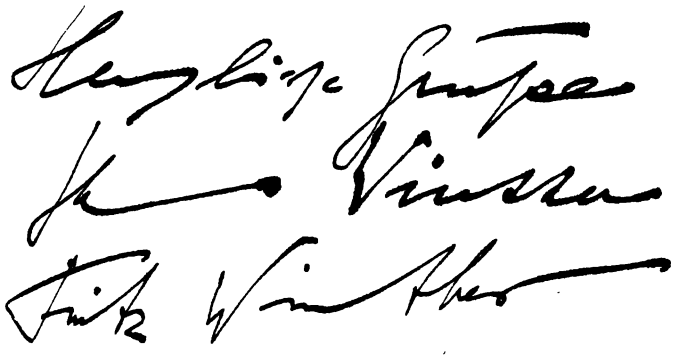
F · H · WINTHER

LEBENDIGE FORM

RHYTHMUS UND FREIHEIT IN GYMNASTIK SPORT UND TANZ

*

G. BRAUNSCHE
HOFBUCHDRUCKEREI
:: UND VERLAG ::
KARLSRUHE I. BAD.



LEBENDIGE FORM

VON

FRITZ HANNA WINTHER

LEBENDIGE FORM

RHYTHMUS UND FREIHEIT
IN GYMNASTIK SPORT UND TANZ

VON

FRITZ HANNA WINTHER

UNIV. OF
CALIFORNIA

G. BRAUNSCHE HOFBUCHDRUCKEREI
UND VERLAG, KARLSRUHE i. B.
1920

GV463
W5

Gift of J. B. Peixotto

Alle Rechte,
auch das der Übersetzungen vorbehalten
*
Copyright by
G. Braunsche Hofbuchdruckerei und Verlag
Karlsruhe i. B.
1920

UNIV. OF
CALIFORNIA

RHYTHMUS UND FREIHEIT
IN GYMNASTIK SPORT UND TANZ

Aus dem Ahnen, Suchen und Streben unserer Zeit nach Konzentration und Sammlung und überpersönlicher Bindung, aus dem kosmischen Atem in Kunst und geistigen Wesenheiten spricht die große Sehnsucht, die Sehnsucht nach Einheit von Ich und Welt, und in dem suchenden Willen zum Eigenrhythmus verzehrt sich diese Sehnsucht in der polaren Gespaltenheit. — Hinter Sehnsucht und Ahnung zurück und doch der Erfüllung näher einen tastenden Schritt sind solche, die in exakter Arbeit begrenzt, Wirken und Forschen auf das Nächstliegende und Primitivste gerichtet haben auf den Urgrund, wo Seelisch-Geistiges und Körperliches noch ungespalten ineinander wirken und ruhen. Es ist eine Gruppe von Suchenden, die weit von einander entfernt doch alle wie vom Schwung einer unsichtbaren Sphäre erfaßt sind: Karl Bücher[1] fand und erforschte den unaufhaltsamen Drang zur wogenden Gesetzmäßigkeit der Bewegung bei Völkern und Menschen primitivster Struktur, er suchte die unendliche und gleichförmige Melodie der einfach monotonen Arbeiten, den Sinn der Arbeitsgesänge. Rutz[2] — vom Gesang — Sievers[3] — von metrischen Forschungen ausgehend — erkannten einen Eigenrhythmus des Sängers, Dichters, des Vortragenden, glauben Mittel gefunden zu haben, diesen Rhythmus rein zu wecken in jedem, sehen seine Voraussetzung

[1] Arbeit und Rhythmus (Leipzig 1902) . . . .

[2] Sprache, Gesang, Körperhaltung (München 1011.)

[3] Rhythmisch melodische Studien (Heidelberg 1912 b. Winter).

869003

und Zusammenhänge in der jeweiligen Körperstruktur, Körperhaltung begründet. Spiegelung entsprechender Tatsachen fand Klages[1] beim Studium der Schriftzüge. Der Mediziner Karl Ludwig Schleich[2] erforscht auch in der Arbeit der Gedanken einen rhythmischen Verlauf und seine Wechselwirkung mit den körperlichen Funktionen. Manchen Methoden moderner Gymnastik glückt es bald mehr, bald minder die körperlich geistseelische Individualität von Verkrampfung, Schablone, Pose zu befreien, bis der Wesensrhythmus beglückend schwingt im freien Spiel der Einheit. — Wie stark das Sehnen, das nach Erfüllung ringt — wenn auch bescheiden — in solchen Arbeiten, dafür zeugt die bis zum Religiösen sich steigernde Begeisterung, welche Dalcroze und die rhythmische Gymnastik auslöste, die Begeisterung, mit welcher der freie rhythmische Tanz von Isidora Duncan aufgenommen ward.

Es hat eine tiefe Deutung, dieses Suchen nach den verloren gegangenen Rhythmen, den körperlich-geist-seelischen. Ohne den Rhythmus am eigenen Leib zu erleben, leibhaft und wesenhaft — können wir nie jene polare Gespaltenheit überwinden, die sich ausdrückt in der Zweiheit von Körperlichkeit und Wille, Gefühl, Verstand — Folge des Spezialistentums, — die sich kennzeichnet als Zerrissenheit der steten Selbstbeachtung des Analytikers, in welcher alles naive und volle Erleben verblaßt, als Zerrissenheit im Handeln der ethischen Lauen — Folge des Analysierens, als Gespaltenheit des Willens zum Glauben, der nicht glauben kann (Buber).

Die primitivste Forderung und Notwendigkeit, die Vorstufe zu jeder höheren Einheit und überpersönlichen Bindung ist

[1] Ausdrucksbewegung und Gestaltungskraft (Leipzig 1913 b. W. Engelmann).

[2] Schleich: Vom Schaltwerk der Gedanken. Daß Rhythmus und Takt in einigen dieser Arbeiten miteinander verwechselt werden, ist für obige Betrachtung von keiner Bedeutung.

die körperlich geistige Einheit. Sie ist das primitivste, einfachste Erleben einer Einheit, der Einheit überhaupt — der Sammlung, Konzentration. Diese Sammlung finden wir in Tätigkeiten, Handfertigkeiten, Übungen, bei denen die körperliche Ordnung, gesetzmäßige Bewegung auf das Geist-Seelische zurückwirkt und das Geist-Seelische immer wieder ausstrahlt in die Bewegungen des Körpers; bei derartigen Disziplinen wird die Bewegung des Körpers nicht mechanisiert, nicht Schablone; immer aufs neu werden Schwierigkeiten überwunden und Erfindungen gemacht mit Händen, Füßen, Atmung, mit dem ganzen Körper. In solchen Tätigkeiten, Übungen gewinnen wir wieder ein Stück Kindheit, machen das ABC der geistig-körperlichen Erfahrung durch, als Synthesis und Ausgleich, für das Spezialistentum einer nur geistigen oder nur körperlichen Auswirkung. Wir kommen diesem einfachsten Einheitserlebnis näher, wenn wir körperbildende Disziplinen und Künste nicht wie bisher üblich getrennt betrachten, sondern sie in ein und dasselbe umfassende Blickfeld rücken; wir müssen ein Übergreifendes, ein Gemeinsames erfassen in diesen körperbildenden Künsten, Disziplinen; bedeutungsvoll wird die Frage: Was ist das Gemeinsame, das eindrucksvolle Gymnastik, Sport, Tanzbewegungen kennzeichnet, das uns am stärksten an ihnen bewegt, — ein Gemeinsames, das keineswegs umrissen ist mit dem Wort Technik? Um Mißverständnisse auszuschließen bei der Erörterung dieser Frage in ihrer Paradoxie, wollen wir einige Bilder bis ins Einzelnste betrachten. Im Angriffsmoment zum Pendel aus dem Gymnastiksystem Mensendieck (1) fallen am Ausübenden die gestrafften Sehnen des Fußgelenkes auf, die straffen Gesäßmuskeln, die ausgeprägte Schultermuskulatur, das energisch abgeschlagene Handgelenk. Bei genauerer Betrachtung erkennen wir die Zeichen körperlicher Anspannung nicht nur in diesen Hauptakzenten, sondern auch an den prallen Waden und Schenkeln,

der angezogenen Haut des Torso. Die Anspannung geht also durch den ganzen Körper und zwar mit gleichmäßigem Kraftaufwand, sie ist völlig bewußt, zielsichere Vorbereitung, völlige Bereitschaft zu einer Übung. Alle Gedanken des Schülers sind gerichtet auf den planmäßigen Aufbau im Anspannen der Gesamtmuskulatur. In der folgenden Übung ist der bewußte Wille des Schülers nicht auf die Anspannung der Gesamtmuskulatur gerichtet (2), sondern auf eine einseitige Muskelarbeit, auf die Rumpfneige in der seitlichen Ebene. In der rhythmischen Übung von Dr. Bode (4 u. 5) kommt es an auf völlige Schwerpunktverlagerung, die Beherrschung des Gleichgewichts macht alle Glieder frei, die Gestalt ruht in sich selbst, so daß keine Spur von angestrengtem Balancieren die Bewegung in Händen oder Armen hemmt.

Die Konzentration auf eine bestimmte Bewegungslinie erwirkt die überzeugende Einheit in der Oberkörperspirale (6). Der Oberkörper kreist in halb bis viertels Drehung um die eigene Achse, der Rhythmus, der nicht nur in der Bewegung, sondern auch in der Silhouette der Gestalt ausklingt, macht die Einheit wirkende Drehung um so suggestiver.

Bei diesen gymnastischen Übungen, — denen auch die von Dr. Bode beizurechnen ist, obwohl sie zu einer weiteren Art der Gymnastik, der rhythmischen Gymnastik, den Übergang bildet, — wird eine intensiv bewußte Arbeit geleistet, die jeder kennt, der derartige Kurse besucht hat. Der Schüler weiß, welche Muskeln arbeiten sollen, welche ruhen. Er kennt den Sinn seiner Übung, und die sichere Einstellung auf den Ablauf der Bewegung prägt in jedem Moment der Übung den ganzen Körper aus, Einheit schaffend in Rumpf und Gliedern, sie gibt dem ganzen Körper den Ausdruck von einheitlichem Streben.

Die Konzentration auf nur eine Bewegungskurve wirkt im Sinne einer Ökonomie der Kräfte; richte ich meine unge-

teilte Aufmerksamkeit auf einen Bewegungszweck oder ein Bewegungsziel, so arbeitet bei Wiederholung meine Muskulatur immer mehr, immer ausschließlicher im Sinne dieses Zwecks oder dieses Ziels, alles Hemmende wird immer mehr ausgeschaltet. Sehr deutlich kommt das Prinzip der Kraftökonomie in spezielleren Gesetzmäßigkeiten zum Ausdruck, etwa in der Gegenbewegung oder in der Bewegungsfolge, die beide den Eindruck der Konzentration und des einheitlichen Wollens steigern; die Gegenbewegung besteht beispielsweise darin, daß, wenn das rechte Bein sich nach vorn bewegt, der rechte Arm eine entgegengesetzte Bewegung macht (3), sie ist sehr augenscheinlich bei jedem gymnastisch richtigen Lauf (die Sportbilder geben viele Beispiele) —. Das Gesetz der Folge ist schwieriger zu veranschaulichen: die kräftigste Muskulatur beginnt mit dem Bewegungsablauf, also die Rumpfmuskulatur oder die Muskeln, welche die zur Bewegung nötigen Glieder mit dem Rumpf verbinden, diese sollen die Hauptarbeit leisten; beim Hochheben des Armes ist somit die Reihenfolge beim Einsetzen in die Bewegung, Oberarm, Unterarm, Hand — beim Gang Oberschenkel, Unterschenkel, Fuß; die Nichtbeachtung dieser Gesetzlichkeit läßt im Gang vieler, der meisten Frauen Straffheit, Anmut, Einheit, Zielsicherheit missen; sie benützen die Oberschenkel zu wenig: daher Schwanken im ganzen Körper, Mangel an Richtung, Kraftvergeudung, allzu rasches Ermüden, Eine Hauptaufgabe der Gymnastik ist die Schulung des Körpers im Sinne der Bewegungsgesetzlichkeit[1], überhaupt im Sinne der Kraftökonomie für Leben, Sport und Tanz. Hier liegt eine rein praktische Forderung körperlich geistiger Konzentration,

[1] Diese Gesetze sind keine Naturgesetze — d. h. Gesetze, deren Wirkung wir uns nicht entziehen können —, sie sind eher Normen wie die Imperative der Ethik — die befolgt oder nicht befolgt werden können — nur haben sie einen weniger kategorischen Charakter wie das ethische Sollen.

mag sie immerhin gewisse ästhetische Begleiterscheinungen haben[1].

Sammlung, das Aufgehen in einer Richtung, die Einhaltung der Bewegungsgesetzlichkeit sind Vorstufe der rhythmischen Bewegung. In Dr. Bodes Übungen und denen der Schule für Körperbildung — Loheland — ist die zum Rhythmus strebende Kraft nicht zu verkennen; bei vielen Mensendieckübungen ist sie nur dem geübten Blick ersichtlich.

Die Konzentration wird noch augenscheinlicher in den sportlichen Übungen, weil ein sichtbares Ziel vorhanden ist: Der ganze Körper folgt dem Bogen, der in einer Kurve gehoben wird, die Zielbewegung wird gleichsam im ganzen Körper mitempfunden (7). Der Wille zum Ziel wirkt noch einheitlicher, wenn das Temperament sichtlich mitschwingt (8). Die Kraft des Temperaments, der spontane Trieb, das Ziel zu treffen, erleichtert die stetige Einstellung auf das Ziel, hält alles Störende

---

[1] Daß die Ökonomie der Kräfte ästhetische Begleiterscheinungen hat, die beispielsweise in den Gesetzmäßigkeiten der klassischen Kunstwerke verschiedenster Epochen zum Ausdruck kommen, ist eine Sache für sich; leider wurde nur zu oft von seiten der künstlerischen Gymnastiker das Praktische, Kräfte sparende Prinzip nicht reinlich von den ästhetischen geschieden; öfter wird in der Literatur dieser Gymnastiker im Unklaren gelassen, ob etwa das Gesetz der Gegenbewegung bei dieser oder jener Übung der Kraftersparnis halber durchzuführen ist, oder ob es im gegebenen Fall nur formale Bedeutung hat, nur beobachtet werden soll um einen möglichst harmonischen Bewegungsablauf zu erzielen. Diese Verschwommenheit im Denken oder nur im Stil hatte nachteilige Folgen. Mehr oder minder bewußt wurde die künstlerische Gymnastik besonders von soliden Deutschturnlehrern bekämpft, die ihr Ästhetentum vorwarfen, und ihre praktische Bedeutung nicht weiter beachteten; und gerade diese Deutschturner hätten aus der künstlerischen Gymnastik so viel Praktisches lernen können über Unterricht in der Bewegungsgesetzlichkeit, wie durch diesen ganz systematisch die richtige Durchführung einer Übung gelehrt werden kann (die so oft nur dem zufälligen Erfassen überlassen bleibt), sie hätten so viel Praktisches lernen können über Atmung und praktisch turnerischen Anatomieunterricht.

fern vom Blickfeld des Bewußtseins und macht für den Betrachter die den Körper beherrschende Einheit um so eindrucksvoller: Der geschmeidige Körper scheint ganz gesammelt, beherrschte Schnellkraft, die sich dem Speer mitteilen will. Der Antrieb gleitet gleichsam geschmeidig von der Fußspitze durch den Körper hinauf bis in den hochgestreckten Arm.

Man könnte einwenden: wir widersprächen uns, — forderten einmal, man solle die Bewegung, den Fluß, einen Schwung im ganzen Körper fühlen und dann, nur die für die jeweilige Aufgabe nötigen Muskeln sollten in Aktion treten. Hier liegt kein Widerspruch: „Nur die nötigen Muskeln sollen arbeiten", ist relativ zu nehmen; bei jeder Bewegung wirken natürlich alle Muskeln des Körpers mehr oder minder mit. Aber gerade auf dieses „Mehr" oder „Minder" kommt es an, auf das „nicht zu viel" und „nicht zu wenig"; in dem immer leichter, ebbender Schwingen der mittelbarer zu einer bestimmten Bewegung nötigen Muskulatur, — ist der bewegungsgesetzlich Geschulte zu erkennen. Sehr klar ist solche Ökonomie der Kraft bei unserem Tennisspieler (9). Die stärkste Muskelspannung ist in der rechten Körperhälfte, die lebhafteste Bewegung im rechten Arm, die linke Seite ist nur leicht gespannt, der linke Arm fast lässig, fast relaxiert, und doch fühlen wir im linken Bein und Arm den Schwung von rechts, daher der Gesamteindruck der Eleganz, der sehr einheitlich zum Ausdruck kommt.

Wie in der Gymnastik erkennen wir auch im Sport die Kraftökonomie nicht nur als allgemeines Prinzip, sondern auch als speziellere Gesetzmäßigkeiten etwa als Gegenbewegung oder Folge. Der Speerwurf (8) entspricht durchaus den Gesetzen der Gegenbewegung; ihre Beobachtung ermöglicht die größte Wucht in einer Richtung zu leiten: abgesehen vom Rumpf sind rechter Arm und linkes Bein die Wirker der Bewegung, linker Arm und rechtes Bein sind verhältnismäßig relaxiert, die Glieder

der entgegengesetzten Körperhälften entsprechen sich in Richtung und Spannung, wir haben es also mit einer ausgesprochenen Gegenbewegung zu tun — jeder, der den Speerwurf anders auszuführen versucht, etwa indem er mit dem rechten Bein den Ausfall macht, wird sofort fühlen, wie dadurch die Wucht des rechten Armes vermindert wird. Warum hätten übrigens auch sonst die Griechen, dieses sportfreudigste Volk, das Gesetz der Gegenbewegung — abgesehen von ästhetischen Motiven — zu einem Grundgesetz ihrer Plastik erhoben, ihrer Plastik, die doch ausgesprochen sportlich trainierte Menschen „verhältnismäßig" naturwahr darstellt. — Beispiele für dieselbe Gesetzlichkeit, welche das einheitliche Streben zu stärkstem Ausdruck bringen kann, finden sich bei den Fußballspielern (10) und bei den Läufern (11 und 12). Bei den Fußballspielern erhöht die Gesetzmäßigkeit in der Bewegung den Ausdruck unbedingtesten Zielbestrebens; — die völlige Bereitschaft, die einheitliche, körperlich geistige Sicherheit beider Gruppen, der guten Läufer und der guten Fußballspieler, kennzeichnet sich auch in der sicheren Gleichgewichtsbeherrschung, die wesentlich erleichtert wird durch die Einhaltung der Gegenbewegung. Im mittleren vorderen Läufer (12) drückt sich die freudige Zielsicherheit in einer Bewegung aus, die mit einer Gesetzmäßigkeit übereinstimmt, die zugleich mit der Gegenbewegung in Kraft treten kann, es handelt sich um den richtigen Ablauf oder das Gesetz der Folge; die Gesetzmäßigkeit der Folge, die die gesamte federnde Bewegung der Gestalt bestimmt, wird besonders deutlich im rechten Bein; der Oberschenkel wird so kräftig nach oben gerissen, daß die Muskulatur sich hart abzeichnet, Unterschenkel und Fuß pendeln leicht; — die Rückenmuskulatur, von der die Gesamtbewegung aus geleitet wird, ist gestrafft, die Arme pendeln —; in dieser Bewegung schafft die freudige Sicherheit das Gefühl der Überlegenheit einen besonders augen-

scheinlichen Rhythmus, der im einheitlichen Schwung, der einheitlichen Linie aller Glieder auch vom Moment der Aufnahme festgehalten wird. Daß solch Einheit wirkender Schwung wie eine Kraft von einer Körpergegend, etwa der Hüft- und Kreuzpartie ausstrahlen kann, veranschaulicht der Stab Hochsprung (13), in dem wir suggestiv empfinden, wie die Oberschenkel, Unterschenkel, Füße von dieser Mitte aus energisiert und dirigiert werden. Solche einheitliche den ganzen Körper durchwirkende Kraft kann natürlich nur ausgelöst werden bei einem allseitig ausgebildeten, disziplinierten Körper. Ähnliches gilt für den Weitsprung (14).

Das Ineinanderwirken von Schwung und Berechnung gestaltet den einheitlichen Körperausdruck im Sport. Im höchsten Schwung der Erregung mag das Bewußtsein ganz schwinden, aber die Bewegungsform ist das Ergebnis eines zuvor bewußt festgelegten Bewegungsbildes — jedenfalls bei der Höchstleistung, auf die es uns ankommt —.

Die gute gymnastische und die gute, technisch richtige sportliche Bewegung ist rhythmisch oder strebt mindestens zum Rhythmus. Die Schulung im Sinne der Bewegungsgesetzlichkeit ist, wie wir gesehen haben, Vorstufe zum Rhythmus, weil sie Spannungen und Reibungen ausschaltet, die den Rhythmus hemmen würden. Die Bewegungsgesetzlichkeit setzt sich aber aus demselben Grund auch mehr oder minder bei der sportlichen Übung durch, denn bewußt oder unbewußt sucht der Trainierende, suchen die Trainiersysteme alles auszuschalten, was den Fluß der Bewegung hemmt; das Temperament, das beim Sport mitschwingt, steigert diese Tendenz, sich rhythmisch auszuwirken. Bewegungsgesetzmäßige Disziplinierung sollte übrigens immer bewußter beim sportlichen Trainieren betont werden.

Als Ausdruck der richtigen, sachlichen, völligen Einstellung auf Motiv, Ziel, Zweck, als Ausdruck der immer rhythmischer

werdenden Kraft schauen wir in jeder Gruppe der Übungen eine anders schattierte Einheit. Sie ist immer dynamische Form, Kraft, die von Innen heraus kommt, rastlos umformend.

Im freien Tanz, dem Tanz, der frei gestaltet aus Rhythmus und Melodie, schillert die Erscheinung dieser Einheit immer wechselnd. In den eindrucksvollen Momenten des guten Tanzes, wenn das Gefühl anschwillt, wird fast jedem offenbar, wie es durch den ganzen Körper schwingt. Das geübte Auge schaut in jedem Moment der guten Tanzbewegung solch beherrschende Einheit. Im freien Tanz ist diese Einheit als dynamische Form — Selbstzweck — im Sport ist sie Ausdruck des Willens zur Gipfelleistung. In beiden mag das zum Trieb und bis zur Leidenschaft gesteigerte Gefühl für Augenblicke ganz herrschen, im Tanz häufiger, länger, ausschließlicher wie beim Sport, aber meist nur, wenn vorher der bewußte Wille die kommende Bewegungskurve vorgezeichnet hat. Wie beim Sport wirken meist Trieb und zielbewußtes Wollen ineinander aber die Verbindung beider ist im Tanz elastischer, bunter und wie bei der Arbeit des bildenden Künstlers schöpferisch. (Nach dem vorigen ist klar, daß wir hier nicht von den Tänzen mancher primitiven Völker sprechen, den sogenannten Naturtänzen, die in ihrer automatischen Monotonie fast wie Reflexbewegungen einer gleichmäßig taktierenden Musik erscheinen, auch nicht von einem bloßen spontanen Sich-Austollen im Tanz, weil dies zu kurzatmig ist, um Vollendetes zu gestalten). Je höher die Bewegungslust, die Siegerfreude oder die rhythmische Freude im Sport, um so mehr nähert er sich dem Tanz, um so mehr kommt der Rhythmus in Fluß. Je mehr im Tanz das rein Technische herrscht, um so mehr nähert er sich dem Sport (15), so bei Hölzer. Ihre Bilder haben eine geradezu akrobatische Einheit; überall Haltung, Disziplin, alles ist auf Technik eingestellt, — kein Hineinhorchen in sich oder auf

eine musikalische Anregung, immer ist sie sich ihres Bewegungsbildes bewußt, bewußt der Wirkung dieses Bildes auf das Publikum. Der Sprung — streng senkrecht in die Höhe — mit angezogenen Füßen — die Fersen berühren das Gesäß — (eine Leistung, die man von den spartanischen Mädchen forderte) — nur die Beine werfen den Körper hoch, die Arme dürfen nicht wie üblich den Schwung geben, erleichtern, sondern müssen streng zur Seite bleiben.

Mary Wiegmanns (16) Sprung ist mehr ein Schwingen, erdenleicht, erdenleicht erscheint der Körper, Stoffüberwinder. Mary Wiegmann hat auch eine außerordentliche Technik, — aber immer ist die Technik Wirkung der kühnen Intuition; daher das körpergeistige In-Eins.

Der einheitschaffende Zug in den lyrischen Tanzphantasien Clothildens von Derp ist von starker Ursprünglichkeit und sicherem Wollen (wir sprechen hier von dem ersten Auftreten dieser Tänzerin). Sie erkennt, daß ihre Kraft ihre Naturfrische ist. Schon in der Wahl ihrer Musikstücke, ihrer Kleider schaut Schelmerei, Koketterie, Übermut immer wieder hervor, ihre Jugendlichkeit, deren sie sich so freut, so bewußt, so genießend: das ganze Wesen tollt sich aus in Ausgelassenheit von Armen, Beinen, Rumpf, im Spiel von Augen und Kopf (17 u. 18). Ist die Ausübende sich nicht recht klar über ihr Bewegungsbild, sind nicht die geistigen Fähigkeiten völlig darauf gesammelt, so fehlt der rhythmische Fluß in Bewegung und Empfindung: Zerfahrenes, Unausgeglichenes kommt in den Körper (19): die Gesichtszüge sind bestimmt, aber die Arme fuchteln; Arme und Beine wissen augenscheinlich nicht, was sie wollen, daher ein Mangel an Einheit, Lebendigkeit im Ganzen, sowie an Sachlichkeit.

Bei Sacharoff ist der einheitswirkende Zug nicht so einfacher Art wie bei C. von Derp, der Tänzer versetzt sich oft in die

Empfindungs- und Bewegungsskala fern abliegender Zeiten, es ist dies ein sich Versetzen, ein sich Wegsetzen aus der Gegenwart in des Wortes eigenster Bedeutung, ein sich Herausheben aus der Tatsächlichkeit, das eine höchste Unterwerfung von Körper und Gefühl unter den Willen zum Stil, unter einen formend sichtenden Kunstverstand bedeutet.

Mit hingebungsvoll verzücktem Schwunge scheint das ganze Wollen und Empfinden sich einzuschmiegen in die Gotik: der Elan so stark, so leichtflüssig durchströmt die ganze Preziosität der sich windenden Glieder, des sich windenden Körpers, so daß jede Falte des Gewandes, alles Neigen, Beugen, Wenden der übersensitiven Leiblichkeit erscheint wie eine einzige sich windende Büßergeste.

Dann wieder ist jede Gebärde des Körpers geboren aus der seigneural leichtfertigen Grandezza des Barock, oder aus der gezierten Anmut eines späten schäferhaft tändelnden Griechentums: Hals, Arme, Beine, alles bis in die Fingerspitzen ist durchbebt von affektierter Feinfühligkeit, hinter der man die bewußt sichere Beherrschung von Technik und Effekt empfindet. Solche Bilder von Sacharoff sind so bekannt, daß sie zu reproduzieren sich erübrigt.

Bei solcher Differenzierung des Empfindens ist disziplinierteste Feinfühligkeit, Ausdrucksfähigkeit nötig im Körper, um die körperlich-geistige Einheit nicht zu verflüchtigen, um die körperlichen Rhythmen im Einklang mit dem huschenden Empfinden verlaufen zu lassen. Das Streben zu solch unend lich schattiertem Ausdruck bedeutet eine Gefahr für jeden Tänzer, sie kann leicht in allegorische Pantomime ausarten. Bild (20) gibt einen Eindruck von Sacharoffs unendlich sicheren Beherrschung.

Für Spitzengang — der beim Ballet ganz selten eine seelische Beziehung zu Rumpf- und Armbewegung hat — für Spitzen-

gang wirkt außerordentlich einheitlich ein von Ellen Petz in Ballettechnik ausgeführter Tanz (21). Bewußter Wille und Gefühl durchdringen sich. Das achtsame Auge, der halbgeöffnete Mund, die etwas steif pendelnden Arme, die behutsamen Fingerspitzen, der über das Gleichgewicht hinausstrebende Schwerpunkt, alles deutet auf gewollt sicheres Nahen, auf zierlich kokette Behutsamkeit, ein Eindruck, der durch die leisen Zehenspitzen nochmals einen Akzent erhält. Und bei all der pantomimischen Symbolik jeder Gebärde wirkt das Ganze nicht zusammengesetzt, wir fühlen den einen Impuls, der in allen Gliedern lebt, den Ausdruck erhöhend, straffend.

Eine eigenartige Stellung nehmen die Tänze der Schule für Körperbildung, Handwerk und Landbau ein (Loheland, Dirlos bei Fulda — früher Seminar für klassische Gymnastik). Während im Kunsttanz der bekannten Tänzer, Kunstverstand und musikalischer Rhythmus die Einheit schaffende Dominante wesentlich bestimmt, ist in Übung und Tanz dieser Schule die Atmung, die Einheit wirkende, die konzentrierende Kraft, die durch Musik gelegentlich angeregt, gesteigert wird.

Diese Art von Gymnastik und Tanz ist noch so wenig bekannt, daß zu ihrem Verständnis ein weiteres Ausholen nötig ist. Meist erst nach längerem sorgfältigem Üben verschiedener Art ist die Schülerin imstande, ihre Bewegung von der Atmung regulieren zu lassen:

Die Maße der Aus- und Einatmung wirken augenscheinlich schon rhythmisierend im Kreislauf des Blutes, im Taktschlag des Pulses, tragen den Atemrhythmus durch den ganzen Körper. Die Maße der Atmung wirken und durchwirken aber noch in einer zweiten Wellenbewegung den ganzen Körper stärker oder schwächer, je nachdem man Bewegung und Spannung der Muskulatur von ihr frei fassen läßt oder stört und hemmt: wer auf die Atmung achtet, fühlt nach einiger Übung, wie das Heben

und Senken der Brust auf Kopf, Rumpf und Glieder wirkt — die Arme sind ja „am Schultergürtel befestigt, diese an der Wirbelsäule und am Brustkasten", Brustkasten und Wirbelsäule werden durch das Becken getragen und dieses von den Beinen etc. Das Heben und Senken der Brust muß sich also im ganzen Körper fühlbar machen. Es ist klar, je mehr der bewußte Wille sich ausschaltet, um so mehr können die Bewegungen des Körpers durch die Atmung reguliert werden: die Intensität der Bewegung durch die Atemkraft, Zeitmaß und Bewegungskurve durch den Atemrhythmus. Bewegung und Musik steigern Zeitmaß und Atemkraft und die wachsende Atemkraft steigert wieder rückwirkend die Schwingung der Bewegung; Einatmung ist Spannung, die Ausatmung Entspannung, Relaxiren: mit dem Atemholen hebt sich der Oberkörper, entsteht ein Druck nach unten, spannen sich die Muskeln, die Schwerkraft wird überwunden (22) —, mit der Ausatmung entspannen sich die Muskeln, Rumpf und Glieder sinken zurück, wie es die Schwere will (23), aber je stärker der Impuls, die Lust bei der Einatmung, um so länger wirken die spannenden Kräfte in die Zeitmaße der Entspannung, überwinden wie ein Schwungrad die toten Punkte (vergleiche Hackmann: Wiedergeburt des Tanzes und des Gesanges aus dem Geiste der Natur. Dietrichs, Jena)

Im Sprunglauf (24) schnellt der atemgespannte Körper mit Sicherheit vor. Es folgt als beginnende Ausatmung das „Halt" (25), sich kennzeichnend im Widerspiel zwischen Unter- und Oberkörper; das rechte Bein folgt schon willig dem Halt, das, der Oberkörper verlangt, während das linke noch vorspringt so wirkt der Unterkörper wie eine Unterstreichung des Spiels der Arme.

Wiederum die Atemschwankung, der Übergang zwischen Ein- und Ausatmung, kommt ausgeprägt zur Erscheinung (26, 27), einmal (26) verstärkt durch den versunkenen Gesicht-

ausdruck; das andere Mal (27) ist der Körper so Expression-geladen, daß es keiner Mimik bedarf.

Auch Gruppen können von einer Atmung getragen werden, einer sich durchsetzenden Atmung (28, 29); das „Miteinander" wird in völligem Entgegenkommen bei ausgeprägtester Eigenart und Selbständigkeit der Einzelnen ein Ruhen in sich.

Der Tanz „Seltsam" (30, 31) bedarf keiner weiteren Erläuterung, wehrt sich sozusagen in seiner herben Geschlossenheit gegen Besprechen, Zerpflücken.

In all diesen Übungen der Schule von Dirlos in ihrer Vielseitigkeit, ist ein Gemeinsames nicht zu verkennen:

Von den schaffend rhythmischen Atemkräften läßt die Ausübende sich leiten zu immer neuen Bewegungsfolgen in unendlicher Melodie. Die Schülerin horcht gleichsam in sich, bis sie in Armen, Beinen, Rumpf, das schwellende Leben der Atmung fühlt, der kommenden, gehenden Luft und der Kräfte sammelnden Atempause, den Rhythmus, der in Lunge, Herz und kreisendem Blut schwingt — nach Art eines jeden — ewig wechselnd nach Stimmung, Regung und Bewegung und doch sich selbst gleich wie das Eigenste in uns, das von einem Überpersönlichen getragen wird.

Diese Übungen haben etwas, das sie zu den anderen Tänzen in Gegensatz bringt: Die Atmung wird nie überspannt, forciert der Atemrhythmus selbst bestimmt ja den Aufwand an Muskelkraft, Körper und Wille geben sich der Atmung hin, keine Bewegungen entstehen, die unserem Wesen widersprechen. — Intensiv versonnen ist der Gesamtausdruck, die Formkraft, das überpersönlich Rhythmische ist hier eins mit unserem Wesen. Die Atmung als Puls, Dynamik des Körpers erwirkt Bewegungen voll Ebenmaß, durch das ganze Wesen klingt eine große Harmonie. Der Ausübende ist bei aller Fülle der Bewegung ganz versunken, ist ganz in sich lauschende Hingabe.

Persönliches und Überpersönliches sind in höherem Einklang — als anderswo: das Selbstbewußte, so augenscheinlich in den anderen Tanzbildern, ist geschwunden — der Verstand hat nicht wie bei den anderen die Aufgabe, die Klänge in Bewegungen zu übersetzen, die Körperbewegung mit einem von außen kommenden Prinzip zur Übereinstimmung zu bringen, — zu zwingen, — es fehlt die Gebärde des triumphierenden Willens, der Herr wird über den Körper, die bewußt sichere Miene der Muskelbeherrschung; die Beherrschung ist selbstverständlich geworden. Der Anstoß zur Einswerdung zum Erlebnis der Einheit — strömt aus dem Eigensten, dem Selbst: falscher Klang, Weise, die dem überpersönlichen Eigenrhythmus nicht entspricht, kann ja das Erleben der Einheit und Freiheit im Körpergefühl nicht hemmen. Natürlich ist die völlige Hingabe an den innersten und eigensten Formtrieb nur möglich, wenn der Tanz nicht bewußt gedächtnismäßige Rekapitulation noch die automatische Wiederholung einer früher erfundenen Form ist —; dies völlige Herrschen des Forminstinkts setzt genaueste Kenntnis voraus, sicherstes Gefühl für den richtigen Verlauf der Bewegung, d. h. für den bewegungsgesetzlichen Verlauf (abgesehen von seltenen Glücksfällen, in denen vielleicht die sogenannte natürliche Bewegung rein erhalten bleibt). Ein Tanzender, dessen Körper nicht die bewegungsgesetzliche Schulung durchgemacht hat, wird den Körper wie ein fremdes Instrument benutzen, Bewegungen erzwingen, die dem Organismus nicht entsprechen, sein Tempo mag vielleicht rhythmisch sein, aber nicht die Kurven seiner Bewegung. Die bewegungsgesetzliche Schulung ist die Vorbedingung für die Körperbildung des Seminars.

Aus der Schule für Körperbildung (Loheland) hervorgegangen ist Lilly Stock (32, 33). Ihre Tanzschöpfungen lassen den Weg zu umfassender Einheit erkennen. Im Gegensatz zu den meisten Tänzern, deren Tanz von einem sichtenden Kunst-

verstand, von einem allzu bewußten Geist gelenkt wird, läßt die Schule für Körperbildung ein Unbewußtes sich auswirken, den Körperwillen, ein Triebhaftes, ein Folgen dem Spiel der Atmung und Schwere, der Spannung und Entspannung, der Lust und Unlust, wobei die Atmung der eigentliche Impuls ist. In Lilly Stocks Tanz wirken bewußter Geist und unbewußt rhythmisierende Atmung. Ihr ist die Bewegung mit der Atmung zweite Natur geworden, Instinkt — so sehr Reflexbewegung, daß der Geist nicht bloß Hingabe sein muß an die Atmung; man empfindet: die geistige Vitalität wirkt so belebend auf die Atmung, wirkt sich aus, strahlt gleichsam aus, getragen von der Atmung, in bewegungsgesetzlicher Folge durch den sich völlig hingebenden Körper bis in die äußersten Hände. — Ist die geistig- seelische Verarbeitung nicht — noch nicht, — restlos möglich — nichtformend erlebt, so erscheint dieser Körper hilflos, d. h. er vermittelt die ganze Gequältheit des konstruierenden Menschen. Er ist so völlig eins mit dem Geist, daß er alles verrät. — Daher selbst noch Einheit (relativ gesprochen) bei innerer Gespaltenheit.

Solche geistig-körperliche Struktur drängt zur Pantomime, nicht zur Pantomime alten Stils, der genrehaft liebenswürdig erzählenden, Bilderrätsel, Bewegungsrätsel konstruierenden. Von alledem ist in Lilly Stocks Tanzpantomime nur ein rein Gedankliches geblieben, alle episodischen und anekdotischen Zufälligkeiten sind abgestreift; aber das gedanklich Verstandesmäßige ist rhythmisch erlebt, mit Körper und Gefühl erfaßt — der Rhythmus bindet ja Körper, Gefühl, Geist in eins —. In Händen und Gesicht subtilisiert sich die vom Rumpf auswogende Bewegung, die weitausladende und ehe sie sich verflüchtigt, lebt sie sich aus in einmalig persönlichem Empfinden, bewußt gewolltem Empfinden, durchgeistigtem Ausdruck, bestimmt gewolltem Ausdruck. Es ist aber nicht Geschmäcklertum, Sensiblerie, Ästhetelei was spicht, — wie könnte auch sonst das

ganze und große Publikum hingerissen werden —; die Wirkung ist unmittelbar, ursprünglich mit einem Wort von großer, starker Einheit, alles strömt aus einer Mitte.

Ein äußerster Gegensatz zum freien Tanz in seiner Erhöhung des individuellen Ausdrucks ist wohl der Tanz der Derwische, in dem die Individuation nach Auflösung strebt in ewigem Kreisen, Hingabe an die Zentrifugalkraft — Kreisen ohne formenden Willen; es ist, als wolle alle Eigenart der Bewegung sich vernichten, das Letzte und Eigenste sich entselbsten —, in schneller, schnellem Kreisen in wirbelnder Auflösung aufgehen im All — bis der Tanzende erschöpft zusammensinkt — unendlich belastet durch die ermattete beschränkte stumpfe Körperlichkeit. — Zur Einheit streben durch Entselbstung ist nur möglich für den Primitiven.

Der selbstbewußte differenzierte Mensch der Gegenwart kann nicht zur körperlich-geistigen Einswerdung streben wie der Derwisch im unpersönlichen Rhythmus physikalischer Notwendigkeit; in Hingabe an die Zentrifugalkraft.

Für den modernen Menschen entsteht das Erlebnis der Einheit im Tanz nur in einer Bewegung, die Ausdruck ist seiner Eigenart, sonst fühlt er sich im Zwiespalt mit dem Überpersönlichen, dem Rhythmischen, das ihn faßt, durchwirkt und aus ihm herauswirkt. Damit kommen wir im Hinblick auf unsere Eingangsfrage zum Ergebnis: in den gesteigerten Momenten von Gymnastik, Sport und freiem Tanz ist ein Gemeinsames; in jeder dieser drei Disziplinen ist eine Einheit, die erzeugt wird durch den mehr oder minder rhythmischen Ablauf, in dem Persönliches und Überpersönliches ineinanderwirken. Der Ablauf in bewegungsökonomischem Sinn ist erste Voraussetzung dieser gemeinsamen Einheit, weil ohne ihn der rhythmische Verlauf unmöglich ist. In der Gymnastik verblaßt gegenüber dem bewegungsökonomischen Zweck — dem gleichsam Unter-

persönlichen — das Persönliche und Rhythmische, im Sport wachsen diese beiden Kräfte, die persönliche wie die überpersönliche — die rhythmische —, am stärksten sind sie im freien Tanz.

In den höchsten Momenten in Sport und freiem Tanz — in der Gymnastik sind diese Momente selten — ist der Ausübende ganz rhythmische Kraft, er fühlt sich gleichsam eins mit einem All, das rhythmische Kraft ist, — die Erde leistet dem Läufer, dem Tänzer nicht starren Widerstand, sie prallt seinen Füßen entgegen gleichsam mit den Rhythmen, die ihn selbst beschwingen, — er ist ganz Zukunft, ganz freie Entscheidung, Herr der Kräfte, die vorwärts stürmen. — Und Neues wird. — In solchen Augenblicken denkt der Ausübende nicht an Herkommen, Gebundenheiten, jene Normen, die nur gelten, weil unser Wille sich fügt. Diese Unbedingtheit offenbart sich in der Bewegung, die der Zuschauende ohne den Hintergedanken eines Zwecks „gut" nennt, die ein Gefühl von höchster Sicherheit, von Geborgenheit, Glück auslöst und aus strahlt. Es ist die Bewegung als Ausdruck der Freiheit. Die Bewegung erscheint herausgehoben aus dem „Vorher und Nachher". Sie scheint nicht mehr Durchgangsmoment, — im Hinblick auf das Vorhergehende „bedingt", im Hinblick auf das folgende „Zweck".

Von hier aus geschaut ahnen wir einen letzten und tiefsten Sinn in der Gemeinsamkeit von Gymnastik, Sport, Tanz — in jeder körperbildenden Übung überhaupt; wir ahnen diesen Sinn in der Überwindung des Körpers; je höher Kraft und Disziplin des Körpers — um so geringer die Widerstände, Hemmungen, die er dem Geist-Seelischen entgegensetzt, um so vollendeter wird er als dessen Werkzeug. Überwindung bedeutet nicht Abtötung des Fleisches, sondern Erfüllung — völlig überwunden wird das, was ich durchdringe, beherrsche bis ins Letzte, be-

herrsche wie ein Werkzeug durch Übung und Kenntnis seiner immanenten Gesetzlichkeit, durchleuchte. Der Körper als lebendige Form wird immer mehr dem Geist-Seelischen unterworfen, wir müssen den Körper Glied für Glied in unsere Gewalt bekommen; ihn als Ausdrucksmittel des Geist-Seelischen üben, ihn bewußt befreien, ihn in immer vollendeterer Durchformung gestalten, immer stärker durchfühlen in seinen Bewegungen. In steter Vervollkommnung wird der Körper nachgeschaffen im Bewußtsein — bis zur Aufhebung in einem Höheren. In der seelisch-geistigen Beherrschung des Körpers (nicht in automatischer Handfertigkeit) — haben wir ein doppeltes Gefühl der Kraft, des kraftvollen Werkzeugs und des kraftvollen Geistes, fühlen wir am elementarsten die Freudigkeit der Freiheit, unmittelbar die Auswirkung eines Höheren in der Überwindung des Körpers.

Die seelisch-geistige Wesenheit sucht sich gleichsam einen Körper aus als ein Ausdrucksmittel ihres Selbst, als ein Mittel zur Selbsterkenntnis, Selbstoffenbarung, Selbstentfaltung. — Im Selbst schlummernde Kräfte entfalten, entwickeln sich in der Bearbeitung, Durchdringung der körperlichen Stofflichkeit, in der Lösung und Lockerung dessen, was hemmt. Es ist eine Erlösung des Körpers und eine erste Stufe der Selbstbefreiung des Seelisch-Geistigen, der Weg zu höheren Einheiten.

* * *

Das Erlebnis von Einheit und Freiheit gleichsam in seiner primitivsten geistig körperlichen Urform, wie es sich als ein gemeinsamer Zug in Gymnastik, Sport, Tanz ausprägt, — hat in verschiedener Hinsicht pädagogische Bedeutung: Weil in körperlich bildender Kunst und Disziplin das Körperliche vom

Seelisch-Geistigen durchleuchtet wird, kann dem Ausübenden bis auf den Muskel die Stelle gezeigt werden, wo seine Fähigkeit versagt, sich von allem Nebensächlichen, allem Hemmenden zu befreien — eine Erziehung zur Sachlichkeit in Wort und Tat.

Ist körperlich geistige oder körperlich seelische Einheit erlangt, wiedererlangt, wozu Gymnastik, Sport, Tanz einen ersten Schritt bedeuten, so werden Ideen, Phantasien, Begriffe, Bilder lebensvoll, die körperlichen Rhythmen wirken auch wieder zurück auf das Geist-Seelische; kommt unser Denken in Fluß, so fassen die Rhythmen von Herz und Atmung unsere Gedanken, wir denken mit dem Blut und Temperament, die Ideen sind nicht mehr blasse Schemen, die Gedanken wirken im Körpergefühl, der ganze Mensch denkt und alle Kräfte strömen durch das seelisch-geistige Wesen. Wirkt der Rhythmus hemmungslos als körperliche geist-seelische Kraft, so können nicht blutleere Hirngespinste entstehen, wie sie der abstrakte Geist ausklügelt, die keine wirkende Kraft durchströmt.

Splitter. I.

Um möglichen Mißverständnissen vorzubeugen, sei noch ausdrücklich bemerkt: Unsere Betrachtung geht nicht darauf aus, ästhetische Normen für die körperbildenden Disziplinen aufzustellen. Allerdings müßten eine Reihe unserer Thesen Grundlage einer solchen Ästhetik sein, weil diese Thesen die körperlich geistige Dynamik erfassen, weil sie auf rhythmisch gymnastisch erlebter Bewegung und Erregung fussen, nicht auf Abstraktionen und Theorien; sie ergeben sich unmittelbar aus rhythmisch durchlebten Bewegungen, dem rhythmisch-gymnastisch Geschulten sind sie unmittelbar gewiß.

Um so wichtiger wäre es, diese Grundsätze in einer Ästhetik der Bewegung zu berücksichtigen, weil die jüngste Kunst überhaupt keineswegs bloß der freie Tanz, bewegte Form verwirklichen will. Man will nicht mehr starre Form, gegebene Form, der sich der innere Gehalt irgendwie fügen muß, sondern Ausdruck[1] — unmittelbarsten Ausdruck des Geist-Seelischen; Kennzeichen des Geist-Seelischen ist rastlose Fortbildung; die jüngste Kunst will Form, die wird und wird und wird: lebendige Form.

II.

Im Hinblick auf Tanz und Bewegungsgesetzlichkeit sei hervorgehoben: Beim Tanz sind in nicht seltenen Fällen Verstöße gegen die Bewegungsgesetzmäßigkeiten notwendig, d. h. sie sind psychologisch motiviert, das betreffende Gefühl — etwa eine Extase, seelische Überspannung, Groteske — kann nur durch eine körperliche Verkrampfung, Übertreibung zum Ausdruck kommen, solche scheinbaren Fehler müssen aber „gekonnt" sein, ihre Ursache darf nicht in körperlichem Ungeschick, Unvermögen liegen.

[1] Das gilt nicht für eine bestimmte Kunstrichtung nur, sondern für alle große Kunst, einerlei ob es mit einer Mode zusammenhängt oder nicht.

III.

Hier ist übrigens auch der Punkt, wo die meisten herkömmlichen Kritiker, die den Tanz im Grunde genommen doch nur von herkömmlichen formal ästhetischen Gesichtspunkten aus betrachten, viel weniger sehen, auf was es ankommt, wie viele Laien, Sportsleute, Gymnastiker, Turner und Tänzer; die meisten Tanzbilder und Photos, die diese formal ästhetisch sehr begabten Menschen in ihren Aufsätzen und Büchern vorführen oder zitieren, sind nur zu oft unlebendig anmutige Linien, sinnlicher Reiz, Faltenwurf reizt sie, eine Gewandstudie besticht ihr historisches oder formal künstlerisches Interesse, daher das häufig Variétéhafte ihrer Bilder, die lebende Bild-Wirkung; sie übersehen so oft den Mangel an körperlicher Schulung, der im Rumpf, in Hand, in Bein, Bewegung und Erregung stocken läßt: — Rumpf oder Glied beugt sich nicht, schnellt nicht mit der Empfindung, die den ganzen übrigen Körper bewegt, erscheint steif, starr, undurchseelt im Vergleich mit dem Minenspiel des Gesichts, der schnellenden Bewegtheit oder Gebärde des übrigen Körpers. Die Aufgabe nur Bilder wiederzugeben, bei denen die Form seelisch erfüllt ist, ist allerdings auch durch die Technik des Photographierens erschwert. Von vornherein wirken 99% der Aufnahmen gestellt, — wir nehmen den Prozensatz sehr nieder — wie „lebende Bilder", als „Pose", weil sie nicht im Moment genommen wurden, sondern der Durchgangsmoment einer Bewegung durch die Zeit des Exponierens zum Erstarren gebracht wurde; das Gesicht ist dann Maske, der bewegungsgesetzliche Ablauf ist suspendiert, nicht nur die Muskeln, welche die Bewegung hervorrufen, welche für sie nötig sind, treten in Tätigkeit, — nicht nur beispielsweise die Beuger, sondern auch die Strecker —; daher der Eindruck, daß der Ausübende die eigene Bewegung hemmt, aufhält. Zeitaufnahmen bei Tanzbildern sind nur möglich, wenn

statt eines scheinbaren Durchgangsmoments einer Bewegung eine wirkliche Dauerstellung aufgenommen wird, oder wenn durch eine außerordentliche Kunst der Beleuchtung und Retousche, wie wir sie bei Holdt finden, die Starre vom Lichtbildner wieder gelöst wird.

IV.

Unser Betonen der Bewegungsgesetzlichkeit ist keineswegs gleichzusetzen mit Anerkennung nur eines Ideals etwa des Klassischen. Innerhalb der Bewegungsgesetzlichkeit ist das Ideal der klassischen Kunst nur eines unter mehreren und über der Bewegungsgesetzlichkeit steht die Forderung des seelischen Ausdrucks im Tanz, jede Kunstform im Tanz gilt, die echter, völliger Ausdruck ist von etwas Geist-Seelischem.

Literatur. V.

Bedeutungsvoll in diesem Suchen nach rhythmischer Einheit ist Hackmanns Schrift: Die Wiedergeburt der Tanz- und Gesangskunst aus dem Geist der Natur. — Unter den Philosophen, die aus dem Spezialistentum der gewesenen Epoche heraustreten, ist Buber für unsere Zusammenhänge bemerkenswert: wenn er am zwingendsten, suggestivsten dartut, was „Einssein" heißt von Ich und Welt, so sind jene Bilder, welche in der Glut der Sehnsucht fast so vollständig geschmolzen wurden, daß wir kaum mehr ein Bild schauen, sondern unmittelbar die ringende Sehnsucht fühlen — so sind jene Bilder es, in denen wir ein Schwellen empfinden und ein Quellen ein Beben, das rhythmisch wogt.

Lilly Stock

Zeichnung: Mehrtens

Aufnahme: W. v. Debschitz-Kunowski

1 Angriffsstellung 2 Streng rechtsseitige Muskelarbeit

Schule für Gymnastik Doris Reichmann, Hannover

Aufnahme: W. v. Debschitz-Kunowski

3 Gute Haltung in Schrittstellung (Gegenbewegung)
Schule für Gymnastik Doris Reichmann, Hannover

Aufnahme: Hans Holdt, München

4/5 Übungsfolge nach Dr. Rudolf Bode-München

6 Oberkörperspirale

Schule für Körperbildung Loheland

7 Bogenschuß

Schule für Körperbildung Loheland

Aufnahme: R. Sennecke, Berlin

8 Speerwurf (Gegenbewegung)

Aufnahme: G. Riebicke, Charlottenburg

9 Tennis (rechtsseitige Muskelarbeit)

Aufnahme: R. Sennecke, Berlin

10 Fußball (völlige Bereitschaft)

Aufnahme: Sennecke & Groß, Berlin

11 Hundert-Meter-Lauf (rhythmische Bewegung)

Aufnahme: F. Gerlach, Berlin

12 Hundert-Meter-Lauf (Gegenbewegung)

Aufnahme: W. Braemer, Berlin

13 Stabhochsprung

Aufnahme: F. Gerlach, Berlin

14 Weitsprung

Aufnahme: Hugo Erfurth, Dresden

15 A. Hölzer

Aufnahme: Hugo Erfurth, Dresden

16 Mary Wiegmann

17

18

Aufnahme: Hugo Erfurth, Dresden

17, 18 Clothilde von Derp

Aufnahme: Hugo Erfurth, Dresden

19 Clothilde von Derp

Aufnahme: Hans Holdt, München

20 Alexander Sacharoff

21 Ellen Petz

22 Einatmung

Schule für Körperbildung Loheland

23 Ausatmung

Schule für Körperbildung Loheland

26 Tanz
Schule für Körperbildung Loheland

27 Tanz
Schule für Körperbildung Loheland

28 Tanz

Schule für Körperbildung Loheland

29 Tanz

Schule für Körperbildung Loheland

30 Tanz: »Seltsam«

Schule für Körperbildung Loheland

31 Tanz: »Seltsam«
Schule für Körperbildung Loheland

Zeichnung: Mehrtens

Zeichnung: Mehrtens

Das Genießen — Plastik v. Herzog (Steglitz)

RETURN TO the circulation desk of any
University of California Library
or to the
NORTHERN REGIONAL LIBRARY FACILITY
Bldg. 400, Richmond Field Station
University of California
Richmond, CA 94804-4698

ALL BOOKS MAY BE RECALLED AFTER 7 DAYS
2-month loans may be renewed by calling
(415) 642-6233
1-year loans may be recharged by bringing books
to NRLF
Renewals and recharges may be made 4 days
prior to due date

DUE AS STAMPED BELOW

LIBRARY USE FEB 24 '87

FEB 05 1993

AUTO DISC CIRC FEB 21 '93

SENT ON ILL

OCT 0 9 1995

U. C. BERKELEY

Photomount
Pamphlet
Binder
Gaylord Bros., Inc.
Makers
Stockton, Calif.
PAT. JAN. 21, 1908

U. C. BERKELEY LIBRARIES
C042455024

869003
GV463
W5

THE UNIVERSITY OF CALIFORNIA LIBRARY